



MEDIENINFORMATION

Greifswald, am 17. Juli 2026

Sechs Termine ab dem 25. August: Tipps gegen Erschöpfungszustände durch Krebserkrankung

Neuer Schwung statt dauerhafter Müdigkeit

Die Universitätsmedizin Greifswald hilft Menschen, die wegen ihrer Krebserkrankung unter dauernder Müdigkeit leiden. Sie sollen sich wieder selbst organisieren und aktiv werden können. Dazu startet am Dienstag, 25. August 2026, ein Kurs mit sechs Terminen. Zusätzlich zum Thema Fatigue wird auch über Möglichkeiten der ergänzenden Therapie informiert, etwa gesunde Ernährung, Rehasport, Akupressur und Entspannungsverfahren. Die Teilnahme ist kostenlos.

Ob unmittelbar durch die Krankheit oder durch die zehrenden Therapien: Viele Menschen leiden während und nach einer Krebserkrankung unter allgemeiner Mattheit. Sie sind ständig müde und kaum in der Lage, einfache Verrichtungen des Alltags zu bewältigen. Diese Kraft- und Antriebslosigkeit wird Fatigue genannt.

Expert*innen mit langjähriger Erfahrung beraten in kleinen Gruppen und helfen dabei, die aus dieser dauernden Müdigkeit erwachsenden Probleme bestmöglich zu überwinden. Sie vermitteln Kenntnisse über die Ursachen von Fatigue. Schwerpunkte sind Tipps zur persönlichen Alltagsgestaltung. Dabei geht es unter anderem um Zeit- und Energie-Management sowie um Schlaf und gesunden Genuss. In früheren Seminaren hat sich aus Sicht der Veranstalter gezeigt, dass die Betroffenen sehr von der Teilnahme profitieren.

Das Seminar findet ab dem 25. August 2026 wöchentlich um 10 Uhr statt. Die sechs Termine dauern jeweils anderthalb Stunden. Wer an dem Kurs teilnehmen möchte, kann sich beim Psychotherapeutischen Dienst am Institut für Medizinische Psychologie der Unimedizin Greifswald melden. Ansprechpartnerinnen sind Dr. Britta Buchhold und Heike Palm. Sie sind telefonisch unter 03834 86 -5698 zu erreichen. Anmeldungen sind unter fasco@med.uni-greifswald.de möglich. Hier werden auch Fragen zur parallel verlaufenden Studie FASCO beantwortet. In dieser wird geprüft, wie wirksam das Selbstmanagement-Programm „Fatigue individuell bewältigen“ ist.

Pressesprecher:

Christian Arns
Walther-Rathenau-Straße 46, 17475 Greifswald
+49 3834 - 86 - 5288
christian.arns@med.uni-greifswald.de
www.medizin.uni-greifswald.de
www.facebook.com/UMGreifswald Instagram @UMGreifswald
www.linkedin.com/company/universitaetsmedizin-greifswald

Institut für Medizinische Psychologie der UMGreifswald:

Psychotherapeutischer Dienst
Dr. Britta Buchhold und Heike Palm
03834 - 86 - 5698
fasco@med.uni-greifswald.de